

ДЕТСКОЕ ПИТАНИЕ: Руководство для врачей

Под редакцией

В. А. Тутельяна, И. Я. Коня

3-е издание, переработанное и дополненное



Медицинское информационное агентство

Москва

2013

УДК 613.22

ББК 51.28

Д38

Рецензенты:

Ю. Г. Мухина — доктор медицинских наук, профессор кафедры госпитальной педиатрии № 1 педиатрического факультета РНИМУ им. Н. И. Пирогова;

Н. А. Генне — доктор медицинских наук, профессор, заслуженный врач РФ, заведующая кафедрой детских болезней Первого МГМУ им. И. М. Сеченова.

Д38 **Детское питание: Руководство для врачей** / Под ред. В. А. Тутельяна, И. Я. Коныя. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: ООО «Издательство «Медицинское информационное агентство», 2013. — 744 с.

ISBN 978-5-9986-0122-4

В руководстве в полном объеме рассматриваются теоретические и сугубо практические вопросы, касающиеся различных аспектов питания детей и подростков. Большое внимание уделено вопросам питания беременных женщин и кормящих матерей.

Первая часть руководства содержит современные данные о строении, биологической роли и значении в питании детей основных пищевых веществ, включая белки, жиры, углеводы, минеральные соли и микронутриенты — витамины и микроэлементы. Отдельная глава посвящена проблеме онтогенеза пищеварительных ферментов, играющей решающую роль для обоснования этапности включения тех или иных групп продуктов в пищевые рационы детей разного возраста.

Большое место отведено вопросам питания детей первого года жизни, в том числе аспектам естественного и искусственного вскармливания (2-я часть). Приведены сведения о биологической роли женского молока, современные представления о его заменителях, научное обоснование организации прикорма. Освещены вопросы поддержки грудного вскармливания в России.

В 3-й части уделено внимание практическим вопросам питания детей в организованных коллективах — детских садах, школах, интернатах и т.п., приведены методические материалы по организации питания (рекомендуемые наборы продуктов, меню, ассортимент продуктов питания, разрешенных для использования в детских садах, школах и др.).

В заключительной, 4-й части, рассмотрены проблемы лечебного питания у детей.

Для специалистов в области питания детей и подростков, педиатров, врачей-диетологов, а также для широкого круга читателей.

УДК 613.22

ББК 51.28

ISBN 978-5-9986-0122-4

© Авторский коллектив, 2013

© Оформление. ООО «Издательство «Медицинское информационное агентство», 2013

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой-либо форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Содержание

Предисловие к 1-му изданию	3
Предисловие к 3-му изданию	5
Список сокращений	9
Введение	11
ЧАСТЬ I. Теоретические основы питания детей.....	13
<hr/>	
Глава 1. Общие представления о пище и ее основных частях (<i>Конь И. Я.</i>).....	15
Глава 2. Современные представления о роли алиментарного фактора для детей и подростков (<i>Тутельян В. А., Конь И. Я.</i>).....	19
Глава 3. Система пищеварения ребенка, ее созревание и развитие (<i>Ширина Л. И., Мазо В. К.</i>).....	26
3.1. Переваривание и всасывание липидов	26
3.2. Переваривание и всасывание белков.....	31
3.3. Переваривание и всасывание углеводов	37
Глава 4. Современные представления о строении, физиологической роли и значении в питании детей основных пищевых веществ (<i>Конь И. Я.</i>).....	46
4.1. Белки и аминокислоты	46
4.2. Жиры и жирные кислоты	61
4.3. Углеводы.....	75
4.4. Витамины	99

4.5. Минеральные соли и микроэлементы	127
4.5.1. Минеральные соли.....	128
4.5.2. Микроэлементы.....	133
4.6. Роль алиментарного фактора в развитии железодефицитной анемии у детей раннего возраста	147
Глава 5. Антиоксиданты в питании детей (Шилина Н. М., Конь И. Я.)	160
5.1. Проксиданты и антиоксиданты: некоторые основные понятия	161
5.2. Антиоксидантные механизмы защиты у детей.....	174
Глава 6. Методы оценки состояния питания детей.....	181
6.1. Методы изучения фактического питания детей и подростков (Конь И. Я., Ларионова З. Г., Копытько М. А.)	181
6.2. Методы изучения физического развития детей (Конь И. Я., Шилина Н. М., Куркова В. И.)	184
6.3. Общеклиническое обследование детей и подростков (Конь И. Я., Гмошинская М. В., Пустограев Н. Н.)	187
6.4. Клинико-лабораторные методы оценки пищевого статуса (Конь И. Я., Шилина Н. М.).....	190
6.5. Методы оценки обеспеченности отдельными нутриентами (Шилина Н. М., Конь И. Я.).....	196
6.5.1. Белки	196
6.5.2. Липиды	201
6.5.3. Углеводы.....	202
6.5.4. Витамины.....	203
6.5.5. Минеральные вещества	207
ЧАСТЬ II. Питание детей раннего возраста.....	215
Глава 1. Основы естественного вскармливания детей первого года жизни	217
1.1. Физиология лактации (Фатеева Е. М., Гмошинская М. В.).....	221
1.2. Состав и свойства женского молока (Конь И. Я., Гмошинская М. В.)	224
1.2.1. Состав и свойства зрелого женского молока.....	225
1.2.2. Особенности состава молозива и переходного молока	238
1.2.3. Биологически активные и защитные факторы молока	240
1.3. Режим и техника грудного вскармливания (Фатеева Е. М., Гмошинская М. В.).....	246
1.4. Профилактика гипогалактии (Фатеева Е. М., Гмошинская М. В., Конь И. Я.).....	258
1.5. Организация работы по поддержке грудного вскармливания в ЛПУ родовспоможения и детства (Фатеева Е. М., Гмошинская М. В., Конь И. Я.).....	264

Глава 2. Основные принципы рационального питания беременных женщин и кормящих матерей.....	272
2.1. Питание беременных женщин (<i>Конь И. Я., Гмошинская М. В.</i>)	272
2.2. Питание кормящих женщин (<i>Гмошинская М. В., Фатеева Е. М., Конь И. Я.</i>).....	286
2.3. Алиментарная профилактика пищевой сенсibilизации при естественном вскармливании (<i>Гмошинская М. В., Конь И. Я.</i>)	294
Глава 3. Классификация и характеристика основных видов молочных смесей для вскармливания детей первого года жизни (<i>Конь И. Я., Сорвачева Т. Н., Абрамова Т. В.</i>)	301
Глава 4. Принципы и методы организации прикорма	314
4.1. Современные принципы организации прикорма (<i>Конь И. Я., Сорвачева Т. Н.</i>)	314
4.2. Кисломолочные продукты в питании детей первого года жизни (<i>Конь И. Я., Сафронова А. И.</i>).....	326
4.3. Продукты промышленного выпуска в питании детей раннего возраста (<i>Коновалова Л. С., Георгиева О. В., Куркова В. И., Конь И. Я.</i>).....	339
4.3.1. Соки и нектары в питании детей	340
4.3.2. Фруктовые и фруктово-овощные пюре в питании детей	349
4.3.3. Овощные консервы	351
4.3.4. Продукты прикорма на зерновой основе	353
4.3.5. Мясные, мясорастительные и растительно-мясные консервы.....	360
4.3.6. Рыборастительные и растительно-рыбные консервы.....	363
ЧАСТЬ III. Питание детей дошкольного и школьного возраста.....	367
<hr/>	
Глава 1. Питание детей дошкольного и школьного возраста (<i>Конь И. Я., Дмитриева С. А., Коростелева М. М.</i>)	369
Глава 2. Медицинский контроль в детских дошкольных и школьных учреждениях (<i>Каневская Л. Я.</i>)	391
ЧАСТЬ IV. Некоторые проблемы лечебного питания детей	401
<hr/>	
Глава 1. Специализированные продукты лечебного питания	403
1.1. Специализированные продукты лечебного питания: характеристика и применение у детей раннего возраста (<i>Конь И. Я.</i>)	403

1.2. Специализированные продукты питания в лечении и профилактике пищевой аллергии у детей раннего возраста (<i>Конь И. Я., Гмошинская М. В., Денисова С. Н.</i>).....	414
1.2.1. Продукты на основе гидролизатов белков коровьего молока	414
1.2.2. Продукты на основе белков сои	419
1.2.3. Продукты на основе козьего молока	419
1.2.4. Гипоаллергенные продукты прикорма — каши	420
Глава 2. Основные принципы диетотерапии функциональных нарушений желудочно-кишечного тракта у детей первого года жизни.....	423
2.1. Основные принципы диетотерапии синдрома срыгиваний у детей первого года жизни (<i>Сорвачева Т. Н., Конь И. Я.</i>)	423
2.2. Основные принципы диетотерапии кишечной колики у младенцев (<i>Сорвачева Т. Н.</i>).....	429
2.3. Диетотерапия запоров у детей первого года жизни (<i>Сорвачева Т. Н., Пашкевич В. В., Конь И. Я.</i>)	432
Приложения	439
Приложение 1. Пищевые добавки, не оказывающие вредного воздействия на здоровье человека при использовании для изготовления пищевых продуктов (СанПиН 2.3.2.1078-01).....	440
Приложение 2. Единые санитарно-эпидемиологические и гигиенические требования к товарам, подлежащим санитарно-эпидемиологическому надзору (контролю)	461
Приложение 3. Каталог специализированных продуктов детского питания промышленного выпуска	469
3.1. Адаптированные молочные смеси (сухие, жидкие, пресные и кисломолочные) для вскармливания детей с первых дней жизни.....	470
3.2. Адаптированные и частично адаптированные последующие молочные смеси (сухие, жидкие, пресные и кисломолочные) для питания детей старше 6 месяцев	491
3.3. Сухие и жидкие молочные напитки для питания детей старше 12 месяцев	509
3.4. Сухие инстантные безмолочные каши	520
3.5. Сухие инстантные молочные каши.....	534
3.6. Готовые (жидкие) молочные каши	563
3.7. Детское растворимое печенье	564
3.8. Фруктовые, фруктово-овощные и овощные соки и нектары	572

3.9. Фруктовые, овощные, фруктово-овощные, фруктово-молочные, фруктово-зерновые пюре, комбинированные продукты	591
3.10. Готовые фруктово-зерновые каши.....	622
3.11. Консервы из мяса, мясорастительные и растительно-мясные	624
3.12. Рыборастительные консервы.....	638
3.13. Детские травяные чаи	640
3.14. Молоко пастеризованное, стерилизованное, ультрапастеризованное питьевое, в том числе обогащенное, сливки стерилизованные питьевые	648
3.15. Кисломолочные продукты, в том числе с фруктовыми и/или овощными компонентами	649
3.16. Творог и продукты на его основе, пастообразные молочные продукты, в том числе с фруктовыми и/или овощными компонентами.....	654
3.17. Продукты для питания беременных женщин и кормящих матерей.....	657
3.18. Продукты детского лечебного питания	665
Приложение 4. Рекомендуемый ассортимент основных пищевых продуктов для использования в питании детей в дошкольных организациях	729
Приложение 5. Перечень продуктов и блюд, которые не допускаются для реализации в организациях общественного питания образовательных учреждений	732
Приложение 6. Основные нормативные документы по организации питания детей, беременных и кормящих женщин.....	734